



左記のアイコンがある記事はシティライフWEBより関連動画をご覧頂けます!

海に戻る母ガメ



ウミガメの巣 発掘調査

10月22日(祝)、残っている3つの巣のうち、子ガメの脱出のなかった2つについて発掘調査が行われた。発掘調査とは1つの巣の中にいくつの卵が産み落とされて、いくつの卵が孵ったか、また孵らなかった卵はどの程度発育していたかを調べるものだ。調査には大人8名、子ども7名に東京海洋大学「うみがめ研究会」の学生5名が加わり、テレビの動物番組の取材班も同行した。

1つ目の巣は7月10日産卵のもの。「一宮ウミガメを見守る会」会長の渡部明美さんが、記録した位置を丁寧に手で5センチほどの深さまで掘り、白いピンポン玉大の卵を取り出した。形はぐしゃっとつぶれていて、数は32個。一度の平均産卵数の100個前後からすると、非常に少ない。卵を開いてみると、卵黄の黄色が目立ち、発育状態は初期・中期・後期の初期のものだった。「孵らない理由は無精卵であるか発育不全ですが、胚が確認できたものがあ

砂浜にいのちの営み 海を目指す子ガメたち

一宮ウミガメを見守る会

九十九里浜には、絶滅危惧種のアカウミガメが産卵にやって来る。一宮町の海岸では「一宮ウミガメを見守る会」が5月〜9月の間、毎朝欠かさず砂浜に残された母ガメの足跡を調査し、上陸・産卵の記録を取る。その後の孵化の様子も、巣から出た子ガメの足跡をもとに調べている。この夏は、上陸が5回、産卵も5回確認された。5つの巣のうち、子ガメの脱出を確認できたものが2つで、できなかったものが3つ。そのうち脱出できた巣とできなかった巣がそれぞれ一つずつ、台風19号の波に流されてしまった。

るため、発育不全かと思われま。産卵後10日間の巣の中の温度が24度以下だと、卵が育ちません」と、東京海洋大学3年生の黒木顕大(くろぎけん)さんが説明した。

2つ目は7月27日産卵の巣で、91個の卵が掘り出された。卵の中を調べると、甲羅が見えるものも。「甲羅が卵黄より大きいので、発育状態は後期です」と、黒木さん。さらに、「生まれる直前に台風15号で水没した可能性が考えられます。台風がなければ、10匹以上孵っていたかもしれませ



あけましておめでとうございます

いつもご愛読、ありがとうございます。おかげさまで地域情報紙「シティライフ」は、外房版が昨年6月1日号に1100号を発刊し、また市原版も同じく昨年11月16日号に1500号を発刊することができました。これもひとえに、スポンサー様や読者の皆様の長年にわたるご支援があったからこそ、深く御礼申し上げます。

市原版は今年で創刊37年、長生・山武・夷隅エリアをカバーする外房版は30年となります。今後も「よりよい地域を目指して」を合言葉に、それぞれ地域に密着した情報をお届けできるように、スタッフ一同頑張っていきたいと思いますので、少しでも皆様のお役に立てれば幸いです。本年も、シティライフをどうぞよろしくお願いいたします。

白子町 洋食屋 かわごえ

お節に飽きたら、フイヤーベース ぜび食べに来てください!!

白子流フイヤーベース (お節料入り) 1,500円 (税込)

白子流フイヤーベース リンパドセット (お節料入り) 1,800円 (税込)

今年も元日より営業します。

新メニュー 登場!! おでんちって知ってます? フレンチ風おでんです。

お正月用オードブル承ります。 3,300円(税込)〜

かわごえ ☎0475-33-7025

★1月10日・11日は臨時休業★

長生郡白子町4369 定休日:不定休 ●サニーインむかいさん1Fに移転しました。

謹賀新年 白子のかきフライ・特撰牛ロース・高級ブランドイペリコヒレ祭

広島産大粒 かつお

かきフライ海老イペリコヒレかつ 1,480円(税込) → 300円引き

旬のかきフライと特撰牛ロースかつ 1,780円(税込) → 300円引き

かきフライとイペリコヒレかつ 1,580円(税込) → 300円引き

かきフライ海老ロースかつ 1,580円(税込) → 300円引き

イペリコヒレかつと特撰牛ロースかつ 1,880円(税込) → 300円引き

とんかつ 300円引き券 300円引き券

謹賀新年 HAPPY NEW YEAR

昨年中は皆さまには格別のご愛顧を賜り、厚く御礼申し上げます。これからも協和ハウジングは夢やこだわりをきらめかない「まじめな家づくり」をモットーに住まいづくりに邁進して参ります。本年も宜しくお願い申し上げます。

2020

協和ハウジング

茂原市高師 2世帯住宅 TSUMUGI 1808-1 ☎0475-27-2800

茂原市大芝 GRAND Concie 375-3 ☎0475-23-5525

東金市北之幸谷 ちば家博 46付近 ☎0475-23-3323

大網白里市経田 トラストホーム 70-14 ☎0475-70-2390

「笑顔」+「ぬくもり」のある家

株式会社 協和ハウジング

0120-14-3323

<https://www.kyowa-housing.co.jp>

トラストホーム

近かったため、子ガメの脱出後に流されてしまった。反対に発掘調査をした方の巣は、高さが海面と同じで内部が浸水したが、満潮線からの距離があったために流されることなくだった。2つの巣の明暗を分けた要因を、渡部さんはこう分析した。

厳しい 自然の中で

産卵のために母ガメは砂浜に上がり、巣が波をかぶらないように安全な場所を懸命に探す。大自然の中では成すべの化・脱出が確認されたことだ。発掘調査で掘り出した卵は、すべて元の巣へ埋め戻された。

「いいなと思いました」と口をそろえて感想を述べた。尚、別の日に発掘調査を行った8月8日産卵の巣では、143個の卵とそのうち124匹の孵化・脱出が確認されたことだ。発掘調査で掘り出した卵は、すべて元の巣へ埋め戻された。



フェイスブックへはこちらから!

〒113-0033 東京都文京区千駄木1-10-1
03-3801-8077
メール: kamekeni777@yahoo.co.jp



白球にチームの 熱い思いをのせて

茂原ジニ



『茂原ジニ』ソフトボールチームは、毎週日曜日の午後、茂原市立萩原小学校校庭で練習している。茂原にある唯一のシニアソフトボールチームで、年齢59才以上が入部の条件だ。12時半、ブルーのユニフォーム姿のメンバーが集まり、ウォームアップのランニングとラジオ体操、キャッチボール、バッティング・守備練習というメニューを16時までこなす。夏期8月と冬期12月、1月は練習を休み、年間の練習日は30日程。加えて練習試合が年間平均15試合、茂原市長杯や茂原ソフトボール協会会長杯などの公式大会に年2回参加している。

第3代監督の直塚勝之さん(70)は、2004年2月の創部当初からのメンバー。『シニアチーム』なので、病気やケガで休部するメンバーもいます。現在は14名で実力はバラバラですが、和気あいあいと楽しく活動しています」と話す。ほとんどの部員が硬式・軟式野球、ソフトボールの経験者だ。チーム最高齢80才の斎藤武夫さんは、「体力維持のため、毎日4キロのウォーキングを欠かしません。そのおかげでプレーできていると思っています」と、ボールさばきも軽やかだ。ピッチャーの神津光弥さん(70)は、闘病の為10年間のブランクがあったが、懸命なリハビリを経て、今年念願の復帰を果たした。バッティングピッチャーを務め、1日の練習で50球以上投げる。その他にも、市原市と千葉市のチームにも掛け持ちで参加し、シニアの千葉県大会で優勝、全国大会出場というメンバーもいる。

練習試合の相手は、東金市のシニアチーム『東金M.M.G(ままだまかんばるず)』と茂原市で40代の選手が中心の『ゴールデーンウォータース』。一校庭を1年通して貸していた



練習試合の相手は、東金市のシニアチーム『東金M.M.G(ままだまかんばるず)』と茂原市で40代の選手が中心の『ゴールデーンウォータース』。一校庭を1年通して貸していた

DYNAMIC Golf 茂原 2020 Happy New Year

打ち初めはダイナミックゴルフ茂原で!!

打席ナイターキャンペーン
2/29日まで
20時以降は打席入場料が無料!!
※ご利用はICカードへのチャージ(入金)が必要です。
※1階打席のみのご利用となります。

■営業時間 ■※1/2・3は土日祝日料金となります。
1/1(水)・祝 休場日 1/3(金) 8:00~19:00
1/2(木) 8:00~19:00 1/4(土) 7:00~22:00

DYNAMIC Golf 茂原
長生郡長生村岩沼2013(茂原駅車10分)
TEL.0475-32-0181

ゴーシュ音楽院
GAUCHE MUSIC ACADEMY

新しい年、音楽をはじめよう
子どもから大人まで
初心者からの音楽教室です

- ・バイオリン科
- ・ピアノ科
- ・チェロ科
- ・ギター科
- ・ピアノ科
- ・子どものピアノ科
- ・フルート科
- ・クラリネット科
- ・リトミック科

新春限定
入会金半額キャンペーン!
¥10,000→¥5,000に
(1、2月中にご入会の方に限ります)

個人レッスン受講料 ¥5,000/月 全科目、体験レッスンも受付中

1月19日 当院にてチェロ&ピアノのコンサートを開催
TEL.0475-36-3774 月曜定休
http://www.gauche-music.com 電話受付 10:00~17:00
email info.gauche.music@gmail.com
千葉県長生郡長柄町味庄109-2 ゴーシュ音楽院 検索

ヨガスタジオ
生徒募集 体験 通常1,500円を1月中は1,000円

1月 入会金半額&ヨガソックスプレゼント!

頭痛・肩こり・腰痛・冷え症・生理痛でお悩みの方、
体を柔軟にしたい方、ストレス解消、
ダイエットにも効果的
ヨガ・ホットヨガ・
リンパストレッチヨガ・ピラティス・
パレエエクササイズヨガ
NEW ジムスティック・ピラティスリング

ヨガ	Mon	Tue	Thu	Fri	Sat
19:30~20:00 (月3回)	10:30~11:30 (個人レッスン3組まで)	14:00~15:00	19:30~20:30 (第1・3)	19:30~20:30 (第2・4)	20:00 (月3回)

ホットヨガ・ピラティス・経絡リンパセラピスト
立ち振る舞い・ウォーキングレッスン 資格取得講師

Hot Yoga Studio
お問合せ・お申込み 年額は1/7~受付
0475-23-4097
または090-7808-5286

あけましておめでとうございます
ランチメニューが新しくなりました!!
1/2から、下記クーポン持参で
10%OFF!!

おすすめ 季節限定 スープカレー 3月末まで 1,260円 毎日795円より 全日祝日もご利用可

お得なランチセット
辛さ調整します!!
小さなお子様・ご年配の方も安心です
タイクアウト ランチ・ディナー 両方OK!!

インド料理 ター・マハル
0475-22-6233

ランチ・ディナー・タイクアウト 10%OFF
※ご利用は1グループ1枚限り
※他の割引・サービスとの併用不可
※お盆のマンゴージュースのみ対象外
【有効期限:2020年2月29日まで】
インド料理ター・マハル

貴匠庵 しょうあん

手打ち蕎麦・和カフェ

1月・2月の2ヶ月間限定
夜も営業いたします。

蕎麦屋でディナーはいかが?
通常は17時ラストオーダーですが、
本年1・2月は20時ラストオーダーとなります。
夜の貴匠庵もぜひお楽しみください。

043-295-3838
千葉県緑区あすみが丘東1-13-14
11時~21時(ラストオーダー20時) 休日曜・第三月曜
※土・祝はそばが売り切れることがあります。お電話にてご確認ください。1,600から営業いたします

賀正 2日より営業
本年も様々なシチュエーション
(誕生日・記念日・法事・接待など)で
お客様にご満足頂ける様、
スタッフ一同心を込めて
おもてなしをいたします。
お気軽にご来店くださいませ。

フランス料理・和牛ステーキ
茂原竹田屋

0475-27-2013 ★ランチ・ディナー予約可
www.mobara-takedaya.com/ P20台

Lunch 11:00~14:00(LO) 15:00(Close)
Dinner 17:00~21:00(LO) 22:30(Close)
※1/2木・3金(12:30~13:00)
[定休日] 月曜日 茂原市八千代3-11-5

新春 りサイクルきもの展

着られる着物

3,000円均一

・訪問着・付け下げ・色無地・小紋・袖(大島含む) 数に限りがございます。

1/5日~1/8水

午前10時~午後5時

材料古布500円均一

早い者勝ち!

高級品も多数ご用意しております。

お宝商品 未使用品

多数あり!!

期間中のみ営業となります。

◆◆◆当店主は56年の加工職人です。しみ抜き・洗い張り・染め等加工品承ります。◆◆◆

きものことなら何でもご相談承ります

野口染工場 ☎0470-83-0136

夷隅郡大多喜町市川109

野口染工場 検索

ユニモちはら台

シネマックスちはら台

男はつらいよ お帰し 寅さん

飯田ライダー 令和 ザ・ファースト・ジェネレーション

スターウォーズ スカイウォーカーの夜明け [4DX3D吹替・IMAX3D字幕] [2D字幕・2D吹替]

僕のヒーローアカデミアTHE MOVIE ヒーローズライジング

ヒックとドラゴン 聖地への冒険 [2D吹替]

映画 妖怪学園Y 猫はHEROになれるか

映画 屍人荘の殺人

ジュマンジ ネクスト・レベル [2D吹替]

カツベン

映画 ひつじのショーンUFOフィーバー!

ルパン三世THE FIRST

午前0時、キスしに来てよ

アナと雪の女王2 [4DX2D吹替・2D吹替]

1/3金より 尾崎豊を探して

1/10金より カイジ ファイナルゲーム

フォードVSファラーリ

ラストレター

1/17金より 記憶屋 あなたを忘れない

ナイト・オブ・シャドウ 魔法拳

リチャード・ジュエル

キャッツ

1/24金より 映画 おかあさんといっしょ すりかえかめんをつかまえる!

サヨナラまでの30分

AI崩壊

1/31金より 嘘八百 京町ロワイヤル

パッドボーイズ フォー・ライフ

24時間音声案内 ☎436-76-9000 HP: <http://www.cinemax.co.jp>

●ファーストデー(毎月1日).....1,200円

●レディーズデー(毎週水曜日・女性).....1,200円

●メンバーズデー(毎週火曜日・会員).....1,200円

●レイトショー(毎日20時以降).....1,300円

●夫婦50割引(どちらかが50歳以上の御夫婦)お二人で.....2,400円

プレゼント

無料招待券

5組10名様

応募・ご希望の方は、住所、氏名、年齢、職業、シティライフへの感想、ご感想を明記の上、「USシネマちはら台」チケットプレゼント応募用紙に記入し、FAX、メール(present@cl-shop.com)にてご応募ください。

※締切：1月11日(土) 到着分まで有効。

※発表・当選は招待券の発送をもってかえさせていただきます。

どう片付けていいのかわからない...**にお応えします!!**

ゴミ屋敷の片付け 不用品回収 粗大ゴミ処分 引っ越しに伴う粗大ゴミ回収 遺品整理 解体工事

一人で悩まないで!まずはご相談ください!!

こんな方は必見!!

- ✓不用品が大量にあり処分に困っている
- ✓人手不足で片付けるのが大変
- ✓自分たちで処分する時間がない
- ✓頼んだらすぐに回収に来てほしい
- ✓大掃除で出た大量のゴミをどうにかしたい

皆様に選ばれる「3つの理由」

- 1 トップクラスのサービス価格・買取査定
- 2 プロによる迅速・丁寧なサービス
- 3 会計後の請求は一切なしの明朗会計

圧倒的な安さのトラックパック

軽トラックパック 2tトラックパック 2tアルミトラックパック

作業1人 作業2人 作業2人

●18,000円~ ●38,000円~ ●68,000円~

トラックパックに含まれるもの

- 家電リサイクル代
- 出張車両代金
- 簡単な家具などの解体

※税別表示 ※積み込みはスタッフがいたします ※箱詰めはお客様でお願いいたします

お客様のお手間は一切なし!

作業費のみで出張対応いたします!

創業40年。

累計3,000件以上の回収実績のクリーンレスキューグループです。

かたづけレスキュー千葉

☎0120-15-8919

<http://rescue-chiba.com>

九十九里営業所 横芝光町北清水 5221

茂原営業所 茂原市小林 1606-1

いすみ営業所 いすみ市日在 410-5

もみの木にこだわる女性社長の家づくり

(株)グリーンワールド(茂原市)

2001年に茂原へ移転後、外房エリアを中心に県内各地で住宅建築を行っている(株)グリーンワールド。今でこそ増えているが、建築業界では珍しい女性社長が会社を引っ張る。また「もみの木」を使った家づくりは、アレルギーに悩む家族から多くの支持を得ているという。今回はそのこだわりの家づくりの特徴を伺った。

●「もみの木」との出会い

「もみの木との出会いは、建築会社の社長の勉強会に参加したことがきっかけです。そこに「もみの木」でモデルハウスを建てている会社の社長さんも参加していて、今度モデルハウスを売却してしまうので、見学したい方は是非どうぞ」と。そこで見に行きました。2月で真冬の寒い時期でしたが「床に座ってみてください」というので実際に座ってみました。もみの木の床は、あつという間に自分の体温と同じ暖かさになり、座っていても冷たくない、寒くないのです。これはいい、この家を建てたい!とひらめきました。「もみの木の家」をグリーンワールドの柱となる商品にしたいと

●もみの木のこだわりとは?

「実際の導入にあたり鹿児島、島のマルサ工業さんと取引を開始しました。ここはもみの木の原木をヨーロッパから仕入れ、「自然乾燥」で製品化しています。国内の製材されているものの多くは機械乾燥。短期間で製品化できますが、高温で乾燥させることで木材の細胞が壊れ、大切な脂分も少なくなってしまう。

一方、自然乾燥は天日乾燥なので時間と手間がかかります。それでも優れた調湿・消臭効果を維持するために木材の細胞を残すことが大切だと思っています。もみの木は、私たちの目指す健康な住まいづくりに必要だと思っています」

●「もみの木」の家具的な効果は?

「もみの木をふんだんに使うことにより、木が持つ「フイтонチッド効果」が発揮されます。フイtonチッドは樹木が発散する揮発性物質で、本来は樹木が自分自身を守るために発散するものですが、消臭効果・抗菌・防虫効果・ハウスダストやアレルギーを緩和したり、免疫力を高めたりと人体に有益だといわれています。また、自然乾燥したもみの木は、半永久的にフイtonチッドを発散します。

●実際に当社で家を建てたご家族の中にも、お子さんがひどい喘息もちで、以前は年に数回入院をしていたのが、もみの木の家に住みはじめたから検査数値も良くなり、入院することもなくなったと、大変喜ばれています。

また先日ご成約いただいた、やはりお子さんがアレルギー体質のご家族ですが、いくつかの住宅会社のモデルハウスを見た中で、そのお子さんが当社のモデルハウスで「もみの木っていいね」と言っていたのを聞いて、大変喜ばれています。

●これからのグリーンワールドは?

「時代の流れでもありと思いますが、リフォーム部門にも力を入れていきたいと思っています。また現在東金で「家博」を競合他社とともに開催しています。競争するだけでなく、地元の住宅メーカーさんと協力しあって外房地域全体を盛り上げていきたいと考えています」

K 様邸

靴下、はきたくないです(笑)

普通のフローリングと全然違います。冬でも床暖房が入ってなくても全然冷たくない。冬でも裸足が気持ちいいです。料理のにおいや湿気も気にならない。暮らしていくうちに、もみの木の良さが、どんどん見つかります。

グリーンワールドで建てたお客様の声

モデルハウス公開中

~からだにやさしい天然木もみの木の家づくり~

1月4日(土)午後から通常営業いたします。

新年あけましておめでとうございます。

グリーンワールド もみの木の家 検索

モデルハウスご来場プレゼント

特典① アンケートにご記入の方、もみの木コースター、もみの木の箸セット

特典② 更に、お見積もり依頼の方 特製クオカード 3千円プレゼント

至外房有料道路 長生病院 本納小 セブンイレブン 至千葉

至茂原 ベイシア 本納駅 本納中 本納大 大網白里町分庁舎

至白子 カラオケ 当社 JAGS ポポラレー

至大網駅

一級建築士事務所/プランニング提案・内観・外観パース作成・見積り無料

グリーンワールド

GREEN WORLD

本社/〒299-4113 千葉県茂原市津田1244-1 TEL/0475-34-4666

営業時間/AM9:00~PM5:30 定休日/水曜日・1・2月は水・木・金

☎0120-79-5889

ホームページURL <https://www.green-w.jp/>

千葉県建設業協会 千葉県建設業協会 千葉県建設業協会 千葉県建設業協会 千葉県建設業協会

今年度は、多彩に70講座

進化する「キユステ」の

カルチャースクール

メダカの学校、ジビエ生ハム講座、はじめての映画づくり特別教室、ラテアート講座、グリーンスムージー講座……。どれも、勝浦市芸術文化交流センター「キユステ」で今年度新設されたカルチャースクールだ。その数28。恒例となったものなどをお知らせすると年間70もの講座が企画されている。キヤッチコピーは『あなたの大好きが、きっと見つかる』。

2018年度からカルチャースクールの担当となった芸術文化振興係・主事の吉野匡貴さん(33)は語を担当。「落語は5回の教室で参加者が仲良くなった、サークルへと発展しました。そして私もメンバーに」と笑う吉野さんは「新しい流れを今後も作っていき」と言う。

通常、カルチャースクールといえば、陶芸や絵画、体操教室やマジック講座などが一般的。2014年12月に開館したキユステも、2016年度の講座は市民会館時代から引き継いだパン作りや生け花、エクササイズなど9つのみだったが、翌2017年度には3倍近い26講座、2018年度は44講座と飛躍的に充実させてきた。落語やカラオケの講座には自らも参加し、発表会では司会進行を担当。「落語は5回の教室で参加者が仲良くなった、サークルへと発展しました。そして私もメンバーに」と笑う吉野さんは「新しい流れを今後も作っていき」と言う。

新講座立案のためには常にアンテナを張っている必要がある、テレビのバラエティ番組等で流行をリサーチしたり、周辺のワークショップに足を運んで人脈を横に広げたり。さらには地元のお母さんたち、講師の人たちからニーズを集めたり。「毎年同じことをやってつまらないし、前回人気だった講座がまた人気を集めるとも限らない。恒例のものプラス目新しいものを」。



落語

例えは、『メダカの学校』は、『メダカのある生活』と銘打って、品種改良の歴史が浅いメダカの種類や飼育方法を旬の講座(帰りはメダカのプレゼントあり)。また、『自分』の時は既製品のバック

例えは、『メダカの学校』は、『メダカのある生活』と銘打って、品種改良の歴史が浅いメダカの種類や飼育方法を旬の講座(帰りはメダカのプレゼントあり)。また、『自分』の時は既製品のバック



グリーンスムージー講座

例えは、『メダカの学校』は、『メダカのある生活』と銘打って、品種改良の歴史が浅いメダカの種類や飼育方法を旬の講座(帰りはメダカのプレゼントあり)。また、『自分』の時は既製品のバック

今年の幸せは、ここからはじまる…

お祝いごと特集

出産・初節句・卒入学・成人式・ブライダル・新社会人 etc…
これからの一年、中でも春はたくさんの記念日と幸せが待っています。
大切なその日のためにこの特集をお役立てください。素敵な演出と思い出をプレゼントします。

2020年
保存版



お父さん、お母さんにありがとう
笑顔で感謝フォトコレクション

冬の特別号
vol.176

2021年ご成人向け 新作振袖発表会 1/2(木)~1/7(火)
まるへいスタッフ一同全力でお手伝いさせていただきます。
購入派もレンタル派もリユース派も早いほどおトクで安心。
会場 茂原店
お客様モデルコレクションは連載します。vol.177は1月25日号に掲載。乞うご期待!!

きもの まるへい 検索 「まるへい振袖写真館」をぜひご覧ください



きもの館 まるへい

茂原店 茂原市茂原117-3 0475-25-2617

御本店 いすみ市岬町椎木1890 0470-87-2707

http://kimono-maruhei.co.jp/ 「まるへい振袖写真館」をぜひご覧ください

(営)10:00~18:00 (休)水曜

近大前、ビッグボーイ、長生高校、茂原高校、茂原公園、茂原市役所、マクドナルド、至大前、セイルス、千歳屋、美容室、縫工舎、洋服の青山、ナルク薬局、アーク、千歳屋、イオン、アーク、千歳屋、イオン、アーク、千歳屋、イオン



蜜蜂たちにも人間や他の動物たちと同じ様に個性があります。忙しく動き回っている蜂、着地でひっくり返る慌てん坊の蜂、花粉を脚で目一杯運んで来る働き者もいれば、ほんの少ししか運ばないちゃっかり者など。スズメバチと勇敢に戦う蜂もいれば一目散に逃げてしまう蜂もいます。きつと巣箱の中では、人間の社会と同じ様に喧嘩やお喋り、悲しい事や嬉しい事など、色々な出来事が起こっているに違いありません。夏にあれば大群も、冬の最後にはマグカップ一杯分程の数にまで落ち込んでしまします。群れが無事冬を越せるか否かは、本当にギリギリの所で行われているのです。

さて今回のレシピ。我が家に来るレバーの苦手なお客様に、敢えてレバーのバスターを試食して貰う事があります。最初は恐る恐る不安そうに一口だけ食べますが、すぐに表情が変わって「美味しー」と、皆さん見事に苦手意識を克服していかれます。レバーはよく血を洗い落とし、臭みをしっかりと

取りさえすればとてもコクがあり、しかも栄養豊富なのですから、敬遠している手はありません。ジビエ料理のイノシシの肉など、しっかりと血を抜いた肉とそうでない物との間では美味しさに差が出るのと同じ理由です。

レバーはビタミンA、B2、必須アミノ酸、鉄分などが豊富に含まれ、動脈硬化、粘膜保護、貧血などに効果があります。今回使ったレバーのパセリにも、ビタミンK、E、Cや鉄分、カリウムなどのミネラルが豊富で、抗がん、免疫賦活作用や髪の毛の健康、視力維持などにも効果があるとされています。

①レバーに切込みを入れ、中の血を流水下で洗い落とす。豆乳か牛乳の中に十分に浸る様にし、半日ほど漬けて臭みを取る。
②熱したフライパンにオリーブオイルをひき、ニンニク、鷹の爪を入れて弱火にかける。
③玉ねぎを加え、艶色になるまで20分炒める。
④鶏レバーを2cm幅に切った③に加え、強火で炒めながら塩胡椒を加える。
⑤赤ワイン、フォンドボー、パセリを加え、かき混ぜながら軽く煮込む。
⑥別の鍋でバスターを茹で、⑤に移してよく絡める。
⑦さらに塩胡椒で味を整え、皿に盛ったら残りのパセリをトッピングする。



ハーブ王子の しあわせ健康レシピ

謹賀新年 和食処 翠州亭

国の登録有形文化財指定の旧スイス大使館

会席で祝いご家族婚

お一人様 **9,000円** (税込) 最大20名様まで

10名様以上のご利用で豪華特典

- 飲み放題付2h
- 送迎バス無料(和食処 翠州亭より30分圏内)
- 乾杯酒×人数分プレゼント 又は7号ケーキプレゼント
- 卓上花プレゼント ◆席札無料作成
- 司会進行無料 ◆衣装持込無料(美容着付別途有料)
- ※提携衣裳店の割引特典あり

当日撮影プラン

- ◆翠州亭撮影(挙式〜披露宴まで)
- ◆ロケーション撮影
- ◆番傘レンタル無料
- ◆データ300カット以上

88,000円 (税込)

ウェディングフェア・相談会開催中

ランチビュッフェご招待(ペア)

要電話予約 代表 TEL.0475-35-3333

※掲載プランは全て2020年3月31日火までにご成約の方限定

和食処 翠州亭◆所在地:千葉県長生郡長柄町521-4※JR養田駅から徒歩10分(徒歩約15分) 定休日:不定休 駐車場:あり 営業時間:11:00~15:00 17:00~21:30(LOは閉店の1時間前まで) ※昼の部は完全予約制 個室:あり 座席タイプ:テーブル席

RE/OL **リンソル生命の森** 長生郡長柄町521-4 TEL:0475-35-3333(予約代表)

婚活・結婚

お近くのエリアで、お相手を探す
仲人型結婚相談所

年始入会金無料キャンペーン実施中!!

結婚相談所 **萌** (めばる) 結婚相談所 **萌** 検索

大塚白星市みやこ野1-3-2-808 Tel.0475(77)8807

あけましておめでとうございます。
本年もシティライフを
よろしくお願い申し上げます。

シティライフ編集室

ひな人形 1/2・3 17:00まで

初売りフェア

お年玉特価で販売いたします。この機会にぜひお越しください。

天皇陛下のみが着用される黄龍御袍を写した裂地を男雛に着せ付けました。

キャッシュレスで支払いのお客様は5%還元!

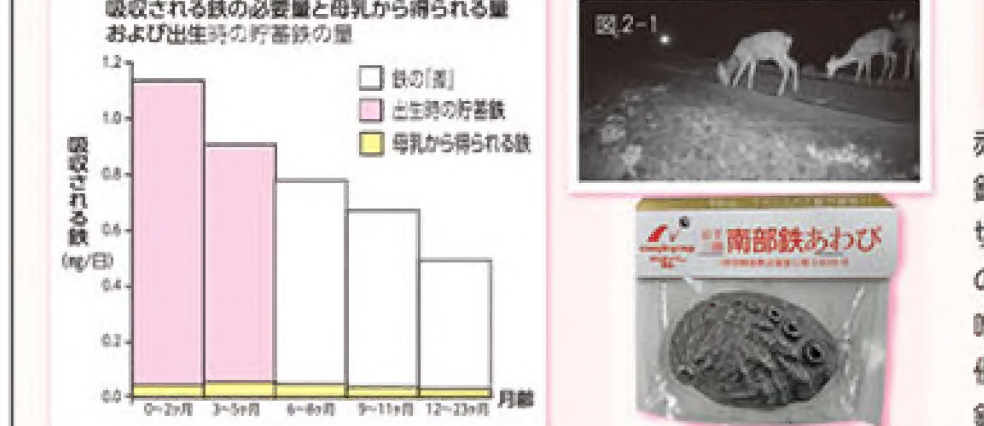
本紙持参で10万円以上お買い上げの方、被布飾・写真入りオルゴール・お手入れセットをプレゼント!!
20万円以上お買い上げの方、さらに御子様名前旗をプレゼント!!

吉徳大光・久月特約店
人形専門 **おかざわ**
〒297-0026 茂原市茂原468
☎0120-58-2108

至近所
スーパーLIFE 大和屋旅館
ヨロズ書店 当店
ライオンズマンション茂原 茂原小
千葉銀行 小倉歯科医院 K美容室 中央消防署

Happy New Year 2020

宗田マタニティクリニックでは、
なにより安全でいいお産ができるよう、
常に全力を尽くしております。
今年もよろしくお願いいたします。



宗田マタニティクリニック

赤ちゃんは、6か月になるとお母さんからもらった鉄が不足します。離乳食も鉄を補給することが大切ですね。調理に鉄なべを使ったり、鉄瓶で沸かすのもいいのですが、簡単な方法は、鉄玉です。お味噌汁や煮物などに入れておく必要と鉄が補える優れものです。当院で販売中。野生の鹿も線路の鉄を舐めて来ます。



宗田ビューティスタジオ

いつまでも美しく。
—美容とアンチエイジング—

シミ しわ ニキビ
脱毛 ダイエット 美容医療全般

最新フォトフェイシャル導入

9:00~17:00(最終受付16:00)
定休日/水曜日・日曜日・祝祭日
http://www.muneta-bs.com/
tel.0436-24-0303

宗田マタニティクリニック 小児歯科

お口のことで気になることが
ありましたら、ご相談ください。

小児歯科 一般歯科
審美歯科 矯正相談

歯科レーザー完備

キッズスペースを完備!! お子様連れでも、お気軽にご相談ください。

完全予約制 診療時間/10:00~18:00
休診日/水曜・日曜・祝日
http://muneta-dental.com
tel.0436-24-4111

アイビースタジオ 健康トレーニング

鉄分補給は、肉食です。
当院は毎日宮崎のブランド牛・尾崎牛になりました。すき焼き、ステーキ、ハンバーグが登場します。

女性や中高年の方へも安全で効果的です。当スタジオでは、トレーニングの開始から終了までマンツーマンで指導を行っています。

完全予約制 志村胃腸科の隣 市原市根田1-8-2 10:00~19:00
定休日/水曜・日曜・祝日
tel.0436-24-1771
http://muneta-ivy.com 駐車場あり

妊娠中の栄養が赤ちゃんを救う!

新しい離乳食も提案します!

産科医が教える
赤ちゃんのための妊婦食

1月新発売 アーチブメント出版社

「糖質制限」の安全性、根拠はここに!
ケトン体が人類を救う
糖質制限でなぜ健康になるのか

ケトン体とは... 肉や脂肪の分解によって生まれるエネルギー源

海外でも注目!!

宗田哲男ホームページ
http://ketontai.com/

宗田マタニティクリニック

市原市根田320-7

tel.0436-24-4103 http://www.muneta.org

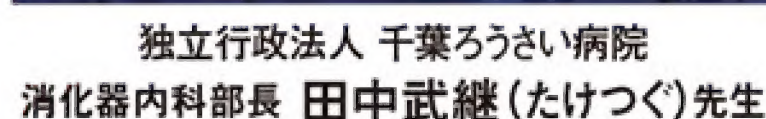
- 診療科目/産科、婦人科、不妊治療
- 診療時間/平日 9:30~12:00、15:00~16:30
土曜 9:30~12:00、15:00~16:00
- 休診日/木曜、日曜、祝祭日

C型肝炎とは、C型肝炎ウイルスに感染した状態の総称のこと。肝臓は『沈黙の臓器』と呼ばれるほど予備能力が高く、ほぼ自覚症状のないまま数十年かけて慢性肝炎、肝硬変、肝臓がんと進行する場合がある。近年、国や千葉県ではC型肝炎についての情報を発信し、検査や治療における啓発および推進活動を行い、高い認知がなされてきた。しかし、陽性結果が出て治療をためらう人や、そもそも感染自体に気づいていない潜在患者もまだ多いとされる。そこで今回、肝疾患に造詣の深い県内の医師2名にC型肝炎について取材した。

「C型肝炎と一言でいっても慢性肝炎や肝硬変の初期ではほとんど症状が出ません。黄疸やむくみ・脳症といった症状を自覚した時には、既に肝硬変が進行していたり、肝臓がんが発生していたりすることもあります。進行具合によって抗ウイルス治療導入のタイミングを調整

受診する重要性

波による画像診断を行います」
「C型肝炎と分かった後、治療方法はどのようなものがありますか。」



「C型肝炎における現状を教え、感染を知らない場合があります」
「感染すると、どのように進行してください。」

「感染を知らない場合があります」
—感染すると、どのように進行するのでしょうか。

150万人のC型肝炎感染患者がいるとされています。高齢になるほど感染率は高くなるのですが、定期的に医療機関を受診している方は50万人ほど。残りの相当数の方は医療介入されていないだけでなく、ご自身でも

「進行する病気です」
—感染した時に、自覚症状はあるのですか。

などでのリスクがあります。大切なのは、検査結果が陰性だった

—抗体検査は無料でできると聞きました。

―抗体検査は無料でできると聞きました。

「千葉県のホームページに無料

は予備能力が強い。つまり臓器としての能力が高く、7割削られたとしても体調に影響が出ないんです。だからこそ、気づかないうちに肝臓の細胞が減り、線維化することで肝硬変など症状が始めてしまうのです」

で検査できる医療機関が、市町村ごとに記載されています。もしは、最寄りの健康福祉センター（保健所）で保健師にご相談ください。まずは、肝炎に感染しているかもしれないこと、無料で検査できることを知っていただきたいと思います」

一病院が発行した診断書と共に、申請書や住民票、保険証などを提出いただくこととなります。認定は審査会が行い、認定までに1カ月半から2カ月程度かかると思います。肝機能が悪くなる原因としては、ウイルスによる炎症で細胞が減少する

【自己負担額】
自己負担は、患者さんの世帯所得（市町村民税課税年額）に応じて、月額1万円または2万円に軽減されます。

対象となりません。
掛けます。
はい。

「も感染が分かっている治療してない方や感染にお心当たりがある方に対して、お声掛けいただければと思います」

こと、線維化により細胞が壊れることがあります。薬剤治療によってむくみや腹水がとれ、患者さんの生活の質は格段に上がります。治療は患者さんにとってプラスのものであり、これらは非常に手厚い助成制度なので「す」

ー地域のみなさまに一言お願いします。

「肝臓が悪いと全く思っていない

【医療費助成を受けたときの自己負担額】

世帯全員の市町村民税 (所得割)課税年額	1ヵ月あたりの 自己負担の上限額
235,000円以上	20,000円
235,000円未満	10,000円

肝臓療法や保険適用のない抗ウイルス治療は医療費助成の窓口負担なしあるいは窓口負担後に手続きを払い戻しをうけお手続きに関しては、肝炎治療を行っている先生にご相談ください。

ーかつて治療の主流だったイン
ターフェロンと飲み薬の違いは
あります。

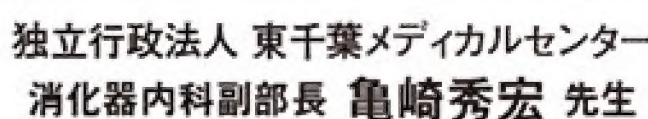
ンは、最短でも半年間にわたり
注射を打たなければならない上
に、ウイルス排除成功率はわず

「二番の通いは治療率の向上です。1992年に開始された抗ウイルス治療のインターフェロ

は長いんでしょうか。

一ほとんどが2〜3カ月程度です。当センターのC型肝炎患者さんのうち、全体の30%の方は70代、10%の方は80代です。飲み薬の治療は身体的な負担がかか

「がん治療を優先させることもあります」



「一部の患者さんでは痒みなどの副作用を経験される方もいます。専門病院ではDAAの副作用対策もしっかりと対応できまうので、治療を最後まで完遂できるようにしました。もし持病や他の理由でリスクが考えられる場合でも、必ず主治医から説明があります」

「誰でも治療対象になりますか。」

こんな状況の方は要注意！

- 輸血を受けたことがある
- 長期に血液透析を受けている
- 非加熱血液製剤を投与されたことがある
- フィブリノゲン製剤(フィブリン糊としての使用を含む)を投与されたことがある
- 臓器移植を受けたことがある
- 薬物注射の濫用、刺青(タトゥー)、ボディピアスを施している
- 過去に肝機能検査で異常を指摘されているが、その後C型肝炎の検査を行っていない
- 過去にC型肝炎ウイルス検査を受けたことがない

「ほとんどが2〜3カ月程度です。当センターのC型肝炎患者は長いでしょうか。」

「治療薬（DAA）の服用期間は95%を超えています」

「フェロン特有の症状がなく、服薬のストレスも少ないといえます。また、ウイルス排除成功率は95%を超えています」

「日本肝臓学会のガイドライン」にもあるように、原則すべてのC型肝炎患者さんが抗ウイルス治療の対象です。ただ、進行胃がんですでに肝臓がんに移行されているような時は飲み薬ではなく、がん治療を優先させることもあります」

【医療費助成を受けたときの自己負担額】

世帯全員の市町村民税 (所得割)課税年額	1ヵ月あたりの 自己負担の上限額
235,000円以上	20,000円
235,000円未満	10,000円

肝臓治療法や保険適用のない抗ウイルス治療は医療費助成の対象となりません。
窓口負担なしあるいは窓口負担後に手続きをして払い戻しを受けます。
お手続きに関しては、肝臓治療を行っている先生にご相談ください。

かった方が肝硬変と診断されることもあるほど、症状が出にくい病気です。C型肝炎の感染理由は生活内容で異なっており、日本全国でも罹患率はバラつき、千葉県はわりと高めに位置しています。もし、ご自身だけでなくご家族や周囲のお友達でも感染が分かっていると治療してない方や感染にお心当たりがある方に対して、お声掛けいただければと思います」

2014年度から2017年度に20万*人以上の患者さんがC型肝炎の治療に踏み出しました。

※2014年度から2017年度C型肝炎に対する医療費助成受給者証の新規交付件数(厚生労働省「肝炎治療(インターフェロン治療、インターフェロンフリー治療、経口アナログ製剤治療)」に対する医療費の助成

いまこそ、医師へご相談を。
最寄りの専門医療機関を、
こちらでご案内しています。

コールセンター
フリーダイヤル
0120-25-1874

受付時間 平日 9:00-17:00 (土日祝日・年末年始・弊社休業日を除く)

治療のことがよく分かる小冊子を差し上げています。


詳しい情報や“患者さんの声”は、ウェブでご覧になれます。



C型肝炎のない明日へ

ギリアド・サイエンシズ株式会社

NPR19DN0076AD
2019年11月04日





ため息がでるほど美しい

圧倒的美髪効果

その秘密は…

地元情報は、地域名 + 美髪 で検索





トリートメントのいない髪へ


美髪矯正エンパニ®【艶羽】は
今までのトリートメントの概念を
圧倒的な美髪効果で全否定！
異物に頼らず髪の内部から
美髪化するからNOトリで
綺麗がつづく超美髪に

★パート美容師さん募集★


短時間勤務 歓迎！中抜けOK！
3時間でもOK！
美髪技術は全て責任をもって教えます。
安心して働ける職場です。
美髪システム導入希望サロンも募集中！

詳しくは


美髪矯正
エンパニ®公認



切らない方法もある！



0475-55-4107



東金市川場1065-2 定休日/月曜 P有

●しまじろうコンサート
 招待券2組4名様
 絵本やテレビで子どもたちに大人気の「しまじろう」。彼らがステージで大活躍するコンサートが、千葉県文化会館で1月18日(土)に開催。今回は、お父さんが発明した「ぼんぼんランド」が舞台。ゲームに挑戦するうち、はなちゃん、きんこの家に閉じ込められてしまっています。みんなで助け出すことができるのか?というドキドキのお話に、歌・ダンス・クイズと子どもたちも元気に参加でき

しまじろうコンサート
 1月18日(土) 千葉県文化会館 13時と15時半開演の2回公演 途中15分の休憩をはさんだ構成・1回約1時間15分 全席指定3180円(税込・3歳以上有料、3歳未満は保護者1名につき1名までヒザ上無料)
 ☎043-326-0201

●乗馬クラブクレイン
 千葉 体験招待券5名様
 今年こそ新しいことに挑戦したい!という方、老若男女楽しめる乗馬はどうでしょう。クレイン千葉では、気軽に体験できる「手ぶらで体験」を開催中。馬との優しいふれあいで癒やされてみませんか。

●応募方法
 希望の方はハガキ、FAX、メールにて、招待券の種類と〒・住所・氏名・電話番号などを明記し、シテイライフ・招待券係まで、1/7(必着)宛先:〒290-0005 大網白里市五井4874の1
 FAX 0436-21-9142
 メール kiji@cl-shop.com

注意!
 塗装工事はマダするな!

知らないといふと損をする小冊子「失敗しない塗装工事7つの防衛策」を30名様無料進呈。

住宅に関するトラブルが国民消費者センターの調べによると、昨年度の被害件数は7384件。これは5年前の約4倍にもなる。欠陥住宅、点検漏れに続き、塗料汚損や、工事を省いた手抜き工事などの、塗装工事のトラブルも相変わらず多い。「大手だから」「知り合いだから」など、安心して頼んだのに、失敗した。などの声もよく聞かれます。この被害は、正しい情報を知るだけで、簡単に防げるのです。

そこで当会では、トラブルに巻き込まれないためのポイントをもとめた小冊子「失敗しない塗装工事7つの防衛策」を作成。業界の醍醐の「失敗しない塗装工事7つの防衛策」を30名様無料進呈。

①見積書の比較の仕方。
 ②確実な工事をさせるための魔法の一言
 ③価格のからくり

今回、本紙読者限定先着30名様にプレゼント(同業者の請求はお断り)。

ご希望の方は、今すぐ「下住所・氏名・電話番号を、24時間録音テープ案内
 ☎0475-71-2578
 か、24時間FAX 0475-71-2578または、はがき、1/2(必着)まで、はがき、
 jinfo@daivatosou.com
 で簡単に応募できる。
 「長寿住宅研究会」
 問い合わせ ☎0475-71-3606まで(受付1/7) 大網白里市大網515 塗装工事情報館 大和塗装

三真千菓工場直売店
あられちゃん家
 昨年11月にリニューアルオープン!
一番人気は柿の種
 その他、やみつきになるあの味も...
 営業時間 9時~16時
 両店ともに1月5日(日)から営業開始

ニュー・ラッキー食堂
 昨年12月に開店!!
おいしい、しかも激安!
 ラーメン170円、ソフトクリーム50円など
 営業時間 平日 10時~14時 土日祝日 10時~15時

・全ての商品は数に限りがあります
 ・路上駐車は近隣のご迷惑になりますので絶対におやめください

あられ・せんべい 株式会社 三真
 〒299-4111 茂原市萱場2244-1 土日祝日も営業中/年末年始のみお休み
 ☎0475-44-5050 (直売店直通) 詳しくは「あられちゃん家」で検索してね!

「いづみ」の事
 明ければ、違う風が吹く

明けまして、おめでとうございます。昨年、「いづみ」の夢をお読みいただきありがとうございます。皆様にとって今年も良い年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。

さて、令和2年が始まりましたが、私の周りでは出産ラッシュです。新しい時代と共に、出産を希望される方が増えたのではないでしょうか。とてもおめでたいことです。

出産や子育ては、喜びもあれば苦しみもありま。私の出産は4人の子どもの全てが難産でした。子育ても頼れる人が周りにいない状態だったので

苦しみの方が多かったのかもしれない。そんな試練の真ん中に、必ず思ったことがある。「明ければ、違う風が吹く」です。今は辛くても、明日の朝になれば、また違う風が吹くだろう。そう思っ、乗り越えました。

子育ては母親にとって試練のようなものですね。試練が多い時期というのは、季節に例えると冬の時期。冬の間の木々は、根っこをしっかりと伸ばす時期でもあります。私たちもそう、根っこをしっかりと作っている時期なのです。そして春になれば、また暖かな風が吹く。前向きに楽しみを見つ

中嶋 悦子(ながしま えつこ)
 1965年生。宮崎県出身。二男二女の母。大網白里市在住。エンカレッジステーション代表取締役社長。NPO法人児童児童おおきなが理事長。社会福祉法人ありんこ理事長。ありんこ親子保育園園長。保育士。エッセイスト。☎0475-53-3509

令和2年 HAPPY NEW YEAR
あなたの髪をキレイにする 2/29(日)まで
お年玉プライスキャンペーン
 美髪チャージトリートメントで髪質改善!!
 サイエンスアクア
 通常11,000円~**お年玉プライス 5,500円**(税込)
プレゼント付セットプライス!!
 4つのメニューいずれかをご利用の方に、リンゲージトリートメント(2,200円相当)をプレゼント!!

お年玉1
 カット+根元カラー+炭酸泉
 通常10,230円**7,700円**
お年玉プライス 8,800円

お年玉2
 カット+パーマ+炭酸泉
 通常10,230円**7,700円**
お年玉プライス 13,200円

※長寿料金あり
 ※カット+縮毛矯正(パーマ)※長寿料金あり
 ※カット+全体カラー
 通常11,330円**8,800円**
お年玉プライス 13,200円

Hair & Spa In grove
 美容室イングロブ ペイシア長生店
 AM10:00~PM8:00 http://tvinfo.co.jp
 TEL.0475-32-6085

1/4より通常営業いたします

洋服の修理・寸法直し専門店
 一般修理のみ
20%OFF
 2020.3/31まで

ダンス好きのマイスター★
 カケハギ承ります
 (お見積り・割引対象外)
 【割引対象外】
 ●社交ダンスドレス修理
 ●社交ダンス用靴修理
 ●社交ダンス用靴底修理
 ●社交ダンス用靴底修理
 ●社交ダンス用靴底修理
 ●社交ダンス用靴底修理

お気軽に洋服を長く愛したい。パル時代に流行した肩が張った形のスーツは、今風の柔らかいシルエットに仕立て直す。洋服は人を笑顔にする力がある。思い出の服が、今風の洋服になる喜びを!!

〒299-4111 茂原市萱場2244-1
 ☎0475-26-2923
 受付時間 AM10時~PM6時 休診時間 PM1時~PM2時半 定休日は日曜のみ
 年終営業:1月6日より営業

新春
 あけましておめでとうございます
 本年もどうぞよろしくお願いいたします

初売り 1/3 1/3 1/3
 「屋久杉」一枚板卓
 「屋久杉」千支子 置物
 数量限定 福袋
 1万円以上お買い上げのお客様に記念品をプレゼント。1/13(日)まで

創業1946年
 一子くわい 谷川 工務店
秋元本工
 千葉県君津市 1782-10
 ☎0439-39-3338 http://www.akimotomokko.com/

高価買取はどちらで処分すればお得か判断してからお越しください

大手買取店 **てんとう虫**

広い(家賃高い) 狭い(家賃安い)
 従業員多い(人件費高い) 店長1人(人件費安い)
 派手なチラシ多数(広告費高い) 地味なチラシたまに(広告費安い)
 20%アップ 5%アップでも赤字になる
 出さない 買取明細書出す
 あり(本部への納金) ない(上納金)
 5%~20%必要 0円
 100~800万円 必要なし
 出さない 金相場 毎日発表

てんとう虫以外で処分された方はこのチラシは捨ててください

てんとう虫は場所が変わりました!!
 買い取り価格は高いまま変わりません!!

大網 大網駅 大網駅入り口信号より土気方面に110m行った右側です。目印 オレンジ色のバットマンさかなや道場さんの斜め前です。

大網 ☎0475-72-9400 大網てんとう虫 検索

大網白里市駒込1568 営業時間:10:00~19:00 定休日 水曜日

謹んで新春のお慶びを申し上げます 新年は1/5(日)より営業いたします。

中古住宅 買取り窓口 **中古住宅 再生販売** **千葉県実績 No.1**
 (2017年度比リフォーム産業新聞調べ)

高価買取キャンペーン開催中!!
 調査・相談・査定・広告0円 無料
不動産のお悩み今すぐスッキリしませんか?

●台風や地震がくるたび心配。 ●相続した家を処分したい。
 ●建物古くて、クレームが来ないか心配。 ●家具・残存物の処分に困っている。
 ●初めての売却で、何から手をつけていいかわからない... など

当社イメージキャラクター さくら丸

株式会社 さくら都市 茂原支店
 無料ダイヤル 0800-800-5569
 茂原市茂原1578-2 営業時間/9:00~18:30 水曜日定休
 Tel. 0475-36-7818 Fax. 0475-36-7817 http://www.sakuratoshi.co.jp/